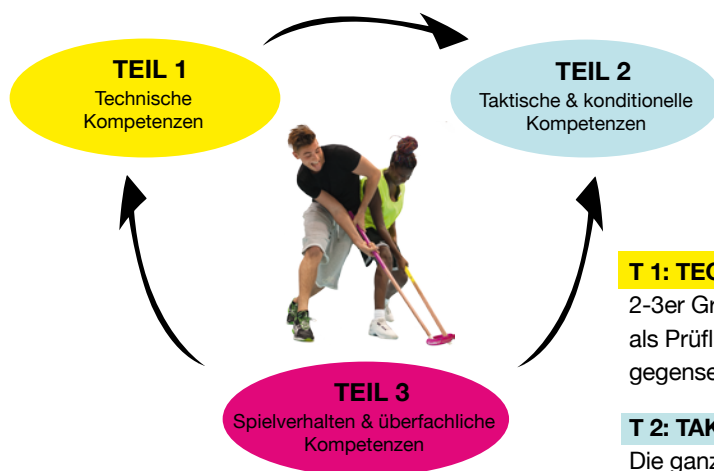


## DONUT HOCKEY KOMPETENZ-TEST

### Einleitung

Dieser Test wurde analog dem Donut Hockey-Lehrbuch aus einer kompetenzorientierten pädagogischen Perspektive erarbeitet und orientiert sich an den Lernzielen für Sportarten, wie sie z.B. in den Schweizerischen<sup>1,2</sup> und Liechtensteinischen<sup>3</sup> Rahmenlehrplänen formuliert sind. Viele Kompetenzen, die fürs Donut Hockey erworben werden, sind auch für andere Sportarten nützlich – insbesondere Unihockey, aber auch, vor allem im taktischen Bereich, Fussball, Basketball, Handball.

### So funktioniert der Test



#### T 1: TECHNISCHE KOMPETENZEN

2-3er Gruppen absolvieren den Circuit abwechselnd als Prüflinge und Assistenten und erfassen die Resultate gegenseitig im Kontrollblatt T1 (wird der LP übergeben).

#### T 2: TAKTISCHE & KONDITIONELLE KOMPETENZEN

Die ganze Klasse führt jeweils eine der Übungen aus, die Lehrperson beurteilt die Spielenden fliegend und trägt die Resultate in den Bewertungsbogen T2 ein.

#### T 3: SPIELVERHALTEN/ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

Die Klasse spielt 3 gegen 3 Feldspieler mit fliegenden Wechsellern. Die Lehrperson beurteilt fliegend und trägt die Resultate in den Beobachtungsbogen T3 ein.

Zuletzt werden alle Resultate ins Laufblatt übertragen und zusammengezählt – ein Vorschlag für eine Notenskala findet sich im Anhang. Jeder zu Prüfende erhält somit nicht nur einen Score und eine Note, sondern einen differenzierten Bewertungsbeleg, aus dem klar hervorgeht, wo seine Stärken liegen und wo noch Trainingsbedarf besteht. Der Test ist für alle Schulstufen geeignet, kann aber bei Bedarf von der Lehrperson angepasst werden. Wichtig: alle Kompetenzbereiche werden ausgewogen gewertet: Fairplay ist ebenso wichtig wie ein präziser Schuss!

### Vorbereitung

Der Test ist einfach vorzubereiten. Alle nötigen Instrumente finden sich als Kopiervorlagen im Anhang. Da die Postenblätter für den Circuit mehrfach verwendet werden, empfiehlt es sich, diese zu laminieren. Ferner braucht es pro Schüler folgende Unterlagen:

- T 1      Circuit-Kontrollblatt
- T 2      Bewertungsbogen Taktik/Kondition
- T 3      Spielbeobachtungsbogen  
         Laufblatt

<sup>1</sup> <https://v-ef.lehrplan.ch/index.php?code=a|9|0|4|2|1>

<sup>2</sup> <https://www.plandetudes.ch/web/guest/education-physique>

<sup>3</sup> <https://fl.lehrplan.ch/index.php?code=b|9|0&la=yes>

## ÜBERSICHT

Im Folgenden werden die Lernziele nach Schwerpunkten eingeteilt. Manche Lernziele aus dem technischen Bereich, werden aus Gründen der Effizienz und Vereinfachung in andern Bereichen abgefragt.

### TEIL 1: TECHNISCHE KOMPETENZEN

#### Dribbling

- Den Donut kontrolliert führen können
- Den Blick während des Dribblings vom Donut lösen können
- Dribbling unter Ausweichbewegungen aufrechterhalten können

#### Passen

- Den Donut stehend und in der Bewegung präzise passen und annehmen können
- Das Gleitverhalten und ggf. die Flugbahn des Donuts einschätzen können
- Verschiedene Passarten variieren können
- Effizientes Passen und Annehmen unter Zeit- und Komplexitätsdruck ausführen können

#### Schiessen

- Stark und präzise schießen können
- Verschiedene Schuss-Varianten beherrschen und variieren können
- Schussbewegung aus dem Lauf ausführen können
- Täuschungsmanöver mit Schussbewegung kombinieren können

### TEIL 2: TAKTISCHE UND KONDITIONELLE KOMPETENZEN

#### Offense

- Den Donut sicher kontrollieren und vom Gegner fernhalten können.
- Sinnvolle Entscheidungen treffen können und diese effizient umsetzen
- Den Gegner mit raschen Rhythmus-/Tempowechseln ausspielen können
- Vielfältige Täuschungs- und Schussarten beherrschen und situativ anwenden können.

#### Defense

- Optimalen Abstand zum Gegner einschätzen und halten können.
- Körperposition zwischen Angreifer und Tor wahrnehmen und nutzen können: Angreifer vom Tor abdrängen, Tor verhindern, Donut erobern

#### Athletik

- Auf kurzen Strecken schnell ein hohes Lauftempo entwickeln
- Viele kurze Sprints in Folge ausführen können
- Schnell Laufrichtung und -Tempo ändern können
- Sprint-Intervallbelastung mindestens 40 Sekunden prästieren können, ohne zu ermüden

### TEIL 3: SPIELVERHALTEN IM TEAM/ ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

#### Offense

- Im Spiel mit dem Donut situativ angepasste Entscheidungen treffen können (Schuss/Fake/ Pass)
- Vielfältige Schuss- und Passvarianten situativ angemessen umsetzen können
- Situativ angepasstes Bewegen ohne Donut umsetzen können (Spacing, Freilaufen)
- Überzahlsituation erspielen und nutzen können
- Schnelles Umstellen von Angriff auf Verteidigung realisieren können

#### Defense

- Räume decken und Donut erobern
- Regelkonforme, effiziente Verteidigungsaktionen mit Körper und Stock umsetzen können
- Sinnvolle Position im Raum (zwischen Tor und Angreifer) einnehmen und halten können
- Verteidigungsbewegungen mit Mitspielern koordinieren können

#### Überfachliche Kompetenzen

- Spielregeln kennen und umsetzen
- Kampfgeist und Fairness in gesunder Balance halten können
- Konflikte mit Mitspielern oder Gegnern auf zivilisierte Weise lösen/beilegen können

## TEIL 1: CIRCUIT TECHNISCHE KOMPETENZEN

Der Circuit wird in 2-3er Gruppen absolviert – die Spielenden agieren abwechselnd als Prüflinge und Assistenten. Resultate werden gegenseitig im Laufblatt erfasst. Es können max. 12 Punkte erzielt werden.

### Posten 1: Hit the Cone

Fokus: Indirektes Zuspiel

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                                            | Skizze | Wertung                                                                            | Kompetenzen                                                                                          | Material                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ziel: via Langbank alle 3 Kegel treffen. Schussposition ist innerhalb der blauen Zone frei wählbar, wie auch Platzierung der Kegel innerhalb der gelb markierten Zone (Abstand zwischen den Kegeln &gt;10 cm).</p> <p>3 Versuche</p> |        | <p>Blau:<br/>1 Treffer</p> <p>Rot:<br/>2 Treffer</p> <p>Schwarz:<br/>3 Treffer</p> | <p>Pass präzise spielen können</p> <p>Winkel bei indirektem Pass einschätzen und umsetzen können</p> | <p>3 Kegel<br/>1 Bank<br/>1 Stock<br/>1 Donut<br/>Floorpads zum Markieren der Zonen</p> |

### Posten 2: Schiff entern

Fokus: Zuspiel auf ein bewegtes Ziel

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                           | Skizze | Wertung                                                                                                                             | Kompetenzen                                                                                                                                           | Material                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ziel: Den Donut durch die Luft spielen und den fahrenden Ballwagen treffen. Dieser wird vom Assistenten entlang der Linie geschoben. Der Pass ist nur gültig, wenn der Wagen in Bewegung ist.</p> <p>3 Versuche</p> |        | <p>Blau:<br/>1 Donut fliegt durch die Luft</p> <p>Rot:<br/>1 Donut touchiert den Wagen</p> <p>Schwarz:<br/>Treffer in den Wagen</p> | <p>Pass präzise umsetzen können</p> <p>Flugbahn des Donuts einschätzen können</p> <p>Pass an einen bewegten Mitspieler korrekt einschätzen können</p> | <p>1 Ballwagen<br/>1 Assistent<br/>1 Stock<br/>3 Donuts<br/>Floorpads zum Markieren der Linien</p> |

### Posten 3: Sniper

Fokus: Präzises Schiessen

| Beschreibung                                                                                                                                                           | Skizze | Wertung                                                                            | Kompetenzen                              | Material                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ziel: Alle Pylonen mit 3 Schüssen treffen. Die Pylonen sind auf verschiedenen Höhen (Boden/1 Kastenteil/2 Kastenteile) 6m entfernt platziert.</p> <p>3 Versuche</p> |        | <p>Blau:<br/>1 Treffer</p> <p>Rot:<br/>2 Treffer</p> <p>Schwarz:<br/>3 Treffer</p> | <p>Stark und präzise schießen können</p> | <p>3 Pylonen<br/>1 Stock<br/>3 Donuts<br/>Floorpads zum Markieren der Linien</p> |

### Posten 4: Tunnello

Fokus: Starkes, präzises Zuspiel

| Beschreibung                                                                                                                                   | Skizze | Wertung                                                                            | Kompetenzen                                                                      | Material                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| <p>Ziel: Den Donut durch einen 10m entfernten Gang (2 Langbänke) zu spielen. Der Donut muss komplett den Gang passieren.</p> <p>3 Versuche</p> |        | <p>Blau:<br/>1 Treffer</p> <p>Rot:<br/>2 Treffer</p> <p>Schwarz:<br/>3 Treffer</p> | <p>Pass präzise umsetzen</p> <p>Gleitverhalten des Donuts einschätzen können</p> | <p>2 Langbänke oder Floorpads<br/>3 Donuts<br/>Stöcke</p> |

## Posten 5: Flip Score

Fokus: Spielgerät beherrschen, Trickschuss

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                                      | Skizze | Wertung                                                                                                                                    | Kompetenzen                                                                 | Material                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ziel: Den Donut aus möglichst naher Distanz über ein Kastenteil ins Tor befördern. Start ist hinter der blauen Linie. Bei jedem Treffer darf man eine Linie näher rücken, bei einem Fehlschuss 1 zurück.</p> <p>4 Versuche</p> |        | <p>Blau: Treffer von blauer Linie (3.5m)</p> <p>Rot: Treffer von roter Linie (2.5m)</p> <p>Schwarz: Treffer von schwarzer Linie (1.5m)</p> | <p>Den Donut kontrolliert spielen können</p> <p>Präzise schießen können</p> | <p>1 Kastenteil</p> <p>1 Tor</p> <p>Stöcke</p> <p>4 Donuts</p> <p>Floorpads zum Markieren der Linien</p> |

## Posten 6: Kegelbahn

Fokus: Schuss mit Täuschungsbewegung kombinieren

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                             | Skizze | Wertung                                                                            | Kompetenzen                                                                                   | Material                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ziel: Mit einem Schuss aus der Drehung möglichst viele Pylonen zu treffen. Der Schuss muss unmittelbar nach der Drehung erfolgen. 10 Kegel werden dreieckförmig aufgestellt (Abstand &lt;10cm).</p> <p>2 Versuche</p> |        | <p>Blau: &gt;0 Treffer</p> <p>Rot: &gt;4 Treffer</p> <p>Schwarz: &gt;7 Treffer</p> | <p>Präzise schießen können</p> <p>Täuschungsmanöver mit Schussbewegung kombinieren können</p> | <p>10 Kegel</p> <p>Floorpads zum Markieren der Linien</p> <p>2 Donuts</p> <p>Stöcke</p> |

## Posten 7: The Get Away

Fokus: Spielgerät beherrschen, Trickschuss

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                                     | Skizze | Wertung                                                                                   | Kompetenzen                                                                      | Material                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ziel: Treffer von der markierten Linie in eine an der Wand platzierte Ballkiste. Pro erfolgreichem Treffer darf die Person eine Linie weiter zurück, bei einem Fehlschuss wieder eine Linie nach vorne.</p> <p>4 Versuche</p> |        | <p>Blau: Treffer aus 7m</p> <p>Rot: Treffer aus 8.50m</p> <p>Schwarz: Treffer aus 10m</p> | <p>Präzise schießen können</p> <p>Die Flugbahn des Donuts einschätzen können</p> | <p>Floorpads zum Markieren der Linien</p> <p>1 Ballwagen</p> <p>4 Donuts</p> <p>Stöcke</p> |

## Posten 8: Dribble King

Fokus: Spielgerät beherrschen, Trickschuss

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                                                    | Skizze | Wertung                                                                         | Kompetenzen                                                                                                                | Material                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ziel: Innert 2 Minuten möglichst oft den Parcours bewältigen: Slalom durch Pylonen, durch 3 Kastenteile spielen und ins präparierte Tor (mit Kastendeckel auf Torlinie) schießen. Jeder Lauf mit Treffer zählt doppelt.</p> <p>1 Versuch</p> |        | <p>Blau: &gt; 2 Läufe</p> <p>Rot: &gt; 3 Läufe</p> <p>Schwarz: &gt; 4 Läufe</p> | <p>Donut kontrolliert führen können</p> <p>Präzise schießen können</p> <p>Schussbewegung aus dem Lauf ausführen können</p> | <p>1-2 Donuts</p> <p>Stöcke</p> <p>5 Pylonen</p> <p>3 Kastenteile</p> <p>1 Tor</p> <p>1 Kastendeckel</p> |

## T 1 - KONTROLLBLATT

Kreuze bei jedem Posten Dein erzielt Resultat an. Im Feld rechts kannst du die entsprechende Punktzahl eintragen. Am Schluss zählst du alle Punkte in der rechten Spalte zusammen und notierst den Score.

Name/ Vorname: \_\_\_\_\_

Klasse/ Schuljahr: \_\_\_\_\_

| Posten          | Blau<br>(= 0.5 Punkte) | Rot<br>(= 1 Punkt) | Schwarz<br>(= 1.5 Punkte) | Total |
|-----------------|------------------------|--------------------|---------------------------|-------|
| 1 Hit the Cone  |                        |                    |                           |       |
| 2 Schiff entern |                        |                    |                           |       |
| 3 Sniper        |                        |                    |                           |       |
| 4 Tunnello      |                        |                    |                           |       |
| 5 Flip Score    |                        |                    |                           |       |
| 6 Kegelbahn     |                        |                    |                           |       |
| 7 Get Away      |                        |                    |                           |       |
| 8 Dribble King  |                        |                    |                           |       |
| Total           |                        |                    |                           |       |

# TAKTIK & ATHLETIK

## TEIL 2 - TAKTISCHE / KONDITIONELLE KOMPETENZEN

Die Lehrperson beurteilt jeden Schüler anhand des Rasters und überträgt den daraus resultierenden Score ins Laufblatt. In diesem Bereich können maximal 12 Punkte erzielt werden. Schema:

Bewertungsraster pro Lernziel: Der Spielende kann...

○ 0 Punkte (trifft nicht zu)    ○ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)    ○ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

### Gruppenübung 1: Fast Track<sup>1</sup>

Fokus: Überzahl, Zusammenspiel, Umstellen Angriff/Verteidigung

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Skizze | Material                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------|
| <p>Setup gemäss Skizze, Angreifer stellen sich in 2er-Teams auf, pro Sektor agiert eine Gruppe als Verteidiger/ Torhüter. Pro Angriff ist ein Torabschluss erlaubt. Fällt ein Tor, bleibt die Gruppe im Angriff, ansonsten werden fliegend Verteidiger/Torhüter abgewechselt.</p> <p>2 x 6 Minuten Endlos-Übungsbetrieb, Lehrperson bewertet fliegend.</p> |        | <p>Stöcke<br/>Donuts<br/>2 Tore<br/>2 TH-Masken<br/>4 Langbänke</p> |

Bewertungsraster: Der Spielende kann...

1. situativ angepasste Entscheidungen treffen können (Schuss/ Fake/ Pass)
2. Vielfältige Schuss- und Passvarianten umsetzen
3. Eine Überzahlsituation nutzen
4. Schnelles Umstellen von Angriff auf Verteidigung realisieren (zu beobachten beim Wechsel)

### Gruppenübung 2: Carousel Fake Drill<sup>2</sup>

Fokus: Spiel 1 gegen 1, Pass in Bewegung abgeben und annehmen

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Skizze | Material                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------|
| <p>Setup gemäss Skizze, vor dem Tor agiert ein fixer Verteidiger. Die Spieler laufen im Reissverschluss-System an, erhalten den Pass von der Gegenseite und spielen 1 gegen 1. Ein Angriff dauert maximal 10 Sekunden. Torhüter/Verteidigerwechsel alle 4 Min.</p> <p>3 x 4 Minuten Endlos-Übungsbetrieb, Lehrperson bewertet fliegend.</p> |        | <p>Floorpads<br/>1 Tor<br/>Stöcke<br/>Donuts<br/>1 TH-Maske</p> |

Bewertungsraster: Der Spielende kann...

1. Den Donut präzise einem Mitspieler in den Lauf passen
2. Den Donut in der Bewegung annehmen, kontrollieren und vom Gegner fernhalten können
3. Den Gegner mit raschen Rhythmus-/Tempowechseln ausspielen können
4. Sinnvolle Entscheidungen treffen und diese effizient umsetzen können

### Gruppenübung 3: Turbo Rocket<sup>3</sup>

Fokus: Athletik (viele kurze Sprints), Handling Spielgerät unter Zeit- und Komplexitätsdruck

| Beschreibung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Skizze | Material                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------|
| <p>Aufstellung gemäss Skizze, die Donuts sind beim Spielleiter im Tor. Der Spielleiter wirft einen Donut ein. Sofort läuft der vorderste Spieler jeder Kolonne los. Der Schnellere erwischt den Donut und greift an, der andere verteidigt. Dann Rückkehr an der Aussenlinie.</p> <p>2 x 4 Minuten Endlos-Übungsbetrieb, Lehrperson bewertet fliegend</p> |        | <p>1 Tor<br/>Floorpads<br/>Donuts<br/>Stöcke<br/>1 TH-Maske</p> |

Bewertungsraster: Der Spielende kann...

1. Auf kurzen Strecken schnell ein hohes Lauftempo entwickeln
2. Viele kurze Sprints in Folge ausführen
3. Den Donut aus vollem Lauf unter Kontrolle bringen
4. Sich gegen den Verteidiger durchsetzen und zum Torabschluss gelangen

1 Fast Track: Trainingsvarianten und weitere Hinweise, s. Donut Hockey Lehrbuch S. 87

2 Carousel Drill, Trainingsvarianten und weitere Hinweise, s. Donut Hockey Lehrbuch S. 71

3 Turbo Rocket: Trainingsvarianten und weitere Hinweise, s. Donut Hockey Lehrbuch S. 89

# TAKTIK & ATHLETIK

## T 2 - KONTROLLBLATT

Die Lehrperson kreuzt bei jedem Kriterium die entsprechende Punktzahl an und addiert diese.

Name/ Vorname: \_\_\_\_\_

Klasse/ Schuljahr: \_\_\_\_\_

### Gruppenübung 1: Fast Track

Fokus: Überzahl, Zusammenspiel, Umstellen Angriff/Verteidigung

Bewertungsraster: Der Spielende kann..

1. situativ angepasste Entscheidungen treffen können (Schuss/ Fake/ Pass)  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
2. Vielfältige Schuss- und Passvarianten umsetzen  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
3. Eine Überzahlsituation nutzen  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
4. Schnelles Umstellen von Angriff auf Verteidigung realisieren (zu beobachten beim Wechsel)  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

### Gruppenübung 2: Carousel Fake Drill

Fokus: Spiel 1 gegen 1, Pass in Bewegung abgeben und annehmen

Bewertungsraster: Der Spielende kann..

1. Den Donut präzise einem bewegten Mitspieler passen  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
2. Den Donut in der Bewegung annehmen, kontrollieren und vom Gegner fernhalten können.  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
3. Den Gegner mit raschen Rhythmus-/Tempowechseln ausspielen können  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
4. Sinnvolle Entscheidungen treffen und diese effizient umsetzen können  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

### Gruppenübung 3: Turbo Rocket

Fokus: Athletik (viele kurze Sprints), Handling Spielgerät unter Zeit- und Komplexitätsdruck

Bewertungsraster: Der Spielende kann..

1. Auf kurzen Strecken schnell ein hohes Lauftempo entwickeln  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
2. Viele kurze Sprints in Folge ausführen  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
3. Den Donut aus vollem Lauf unter Kontrolle bringen  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)
4. Sich gegen den Verteidiger durchsetzen und zum Torabschluss gelangen  
☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

# SPIEL & KOMPETENZEN

## TEIL 3: SPIELBEOBACHTUNG

Die Klasse spielt 3 gegen 3 Feldspieler mit 1 Torhüter, ggf. mit fliegenden Wechseln. Die Lehrperson bewertet jeden Spielenden nach folgenden Kriterien und überträgt den Score ins Laufblatt. In diesem Bereich können maximal 12 Punkte erzielt werden. Schema:

Bewertungsraster pro Lernziel: Der Spielende kann...

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu) ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu) ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

### OFFENSE

1. Mit dem Donut situativ angepasste Entscheidungen treffen können
2. Situativ angepasstes Bewegen ohne Donut umsetzen können (Spacing, Freilaufen)
3. Überzahlsituation erspielen und nutzen können
4. Schnelles Umstellen von Angriff auf Verteidigung realisieren können

ZWISCHENSORE OFFENSE

\_\_\_/4 PUNKTE

### DEFENSE

1. Räume decken und Donut erobern
2. Regelkonforme, effiziente Verteidigungsaktionen mit Körper und Stock umsetzen können
3. Sinnvolle Position im Raum (zwischen Tor und Angreifer) einnehmen und halten können
4. Verteidigungsbewegungen mit Mitspielern koordinieren können

ZWISCHENSORE DEFENSE

\_\_\_/4 PUNKTE

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

1. Spielregeln kennen und umsetzen
2. Einsatzbereitschaft zeigen – in Angriff und Verteidigung
3. Kampfgeist und Fairness in gesunder Balance halten können
4. Konflikte mit Mitspielern oder Gegnern auf zivilisierte Weise lösen/beilegen können

ZWISCHENSORE ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

\_\_\_/4 PUNKTE

# SPIEL & KOMPETENZEN

## T 3 - KONTROLLBLATT

Die Lehrperson kreuzt bei jedem Kriterium die entsprechende Punktzahl an und addiert diese.

Name/ Vorname: \_\_\_\_\_

Klasse/ Schuljahr: \_\_\_\_\_

### OFFENSE

Mit dem Donut situativ angepasste Entscheidungen treffen können

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Situativ angepasstes Bewegen ohne Donut umsetzen können (Spacing, Freilaufen)

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Überzahlsituation erspielen und nutzen können

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Schnelles Umstellen von Angriff auf Verteidigung realisieren können

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

ZWISCHENSORE OFFENSE

\_\_\_\_/4 PUNKTE

### DEFENSE

Räume decken und Donut erobern

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Regelkonforme, effiziente Verteidigungsaktionen mit Körper und Stock umsetzen können

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Sinnvolle Position im Raum (zwischen Tor und Angreifer) einnehmen und halten können

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Verteidigungsbewegungen mit Mitspielern koordinieren können

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

ZWISCHENSORE DEFENSE

\_\_\_\_/4 PUNKTE

### ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

Spielregeln kennen und umsetzen

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Einsatzbereitschaft zeigen – in Angriff und Verteidigung

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Kampfgeist und Fairness in gesunder Balance halten können

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

Konflikte mit Mitspielern oder Gegnern auf zivilisierte Weise lösen/beilegen können

☐ 0 Punkte (trifft nicht zu)      ☐ 0.5 Punkte (trifft manchmal zu)      ☐ 1 Punkt (trifft fast immer zu)

ZWISCHENSORE ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

\_\_\_\_/4 PUNKTE

SCORE TEIL 3 - SPIEL UND ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

\_\_\_\_/12 PUNKTE

## DONUT HOCKEY TEST

Name/ Vorname: \_\_\_\_\_

Klasse/ Schuljahr: \_\_\_\_\_

### T 1 – TECHNISCHE KOMPETENZEN

Score aus Circuit-Kontrollblatt gelb übertragen

| Posten           | Blau (= 0.5 Punkte) | Rot (= 1 Punkt) | Schwarz (=1.5 Pkte) | Total |
|------------------|---------------------|-----------------|---------------------|-------|
| 1 Hit the Cone   |                     |                 |                     |       |
| 2 Schiff entern  |                     |                 |                     |       |
| 3 Sniper         |                     |                 |                     |       |
| 4 Tunnello       |                     |                 |                     |       |
| 5 Flip Score     |                     |                 |                     |       |
| 6 Kegelbahn      |                     |                 |                     |       |
| 7 Get Away       |                     |                 |                     |       |
| 8 Dribble King   |                     |                 |                     |       |
| <b>Total T 1</b> |                     |                 |                     |       |

### T 2 – TAKTISCHE UND KONDITIONELLE KOMPETENZEN

Zwischenscores und Total von Kontrollblatt Blau „Taktik & Athletik“ übertragen

| Übung            | Lernziel 1 | Lernziel 2 | Lernziel 3 | Lernziel 4 | Total |
|------------------|------------|------------|------------|------------|-------|
| 1 Fast Track     |            |            |            |            |       |
| 2 Carousel Drill |            |            |            |            |       |
| 3 Turbo Rocket   |            |            |            |            |       |
| <b>Total 2</b>   |            |            |            |            |       |

### T 3 – SPIELFÄHIGKEIT ALLGEMEIN UND ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN

Zwischenscores und Total von Kontrollblatt Pink „Spielbewertung“ übertragen

| Posten             | Lernziel 1 | Lernziel 2 | Lernziel 3 | Lernziel 4 | Total |
|--------------------|------------|------------|------------|------------|-------|
| 1 Offense          |            |            |            |            |       |
| 2 Defense          |            |            |            |            |       |
| 3 Überfachliche K. |            |            |            |            |       |
| <b>Total 3</b>     |            |            |            |            |       |

TOTAL TESTRESULTAT:

\_\_\_\_\_/36 PUNKTE

NOTE/ ATTRIBUT:

\_\_\_\_\_

## LEGENDE SKIZZEN

|                                                                                     |                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
|    | Spieler von Team A/Offense |
|    | Spieler von Team B/Defense |
|    | Donut                      |
|    | Laufweg                    |
|    | Passweg                    |
|    | Schuss                     |
|    | Cone/Pylone                |
|    | Langbank                   |
|   | Schwedenkastenteil         |
|  | Ballwagen                  |
|  | Tor                        |

## MEHR INFOS:

### Websites

[www.donuthockey.ch](http://www.donuthockey.ch)  
[www.burnermotion.ch](http://www.burnermotion.ch)

### Kontakt

Muriel Sutter  
[info@burnermotion.ch](mailto:info@burnermotion.ch)  
+41 79 643 43 48

## VORSCHLAG NOTENSKALA

| Score        | Note | Attribut         |
|--------------|------|------------------|
| >30 Punkte   | 6    | Champion         |
| 27-29 Punkte | 5.5  | Cookie Killer    |
| 24-25 Punkte | 5    | Krümelmonster    |
| 21-23 Punkte | 4.5  | Streusel-Sammler |
| 18-20 Punkte | 4    | Zuckerbäcker     |
| 15-17 Punkte | 3.5  | Aufsteiger       |
| 12-14 Punkte | 3    | Gebäck-Verträger |
| 9-11 Punkte  | 2.5  | Back-Talent      |
| 6-8 Punkte   | 2    | Lehrling         |
| 3-5 Punkte   | 1.5  | Zum Zahnarzt     |
| < 2 Punkte   | 1    | Work in Progress |



## IMPRESSUM

© 2020 by Muriel Sutter

www.burnermotion.ch

Alle Rechte vorbehalten. Ohne ausdrückliche Genehmigung des Verlags ist es nicht gestattet, die Schrift oder Teile daraus auf fototechnischem Wege zu vervielfältigen. Dieses Verbot – ausgenommen die in §§ 53, 54 URG genannten Sonderfälle – erstreckt sich auch auf die Vervielfältigung für Zwecke der Unterrichtsgestaltung. Dies gilt insbesondere für Übersetzungen, Vervielfältigungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Text: Muriel Sutter, assisted by Gian Gmünder

Fotos: Christian Rosenberger

Layout: André «Boogie» Morgner

## QUELLEN

- Gmünder, G. (2020); Donut Hockey auf Basis der Kompetenzen des Lehrplan 21. BA-Arbeit Prof. Dr. U. Pühse, Universität Basel
- Erdtel, M. & Brückner, G. (2014). Floorball spielen. Unihockey - Innebandy - Unihoc - Stockey. In C. Kröger, H. Haag, M.S. & K. Roth (Hrsg.), Praxisideen - Schriftreihe für Bewegung, Spiel und Sport. Schorndorf: Hofmann-Verlag.
- Lehrplan 21, Rahmenlehrplan, Zugriff am 2.7. unter <https://v-ef.lehrplan.ch/index.php?code=a|9|0|4|2|1>
- Lehrplan Sport, Fürstentum Liechtenstein, Zugriff am 4.7.2020 unter: <https://fl.lehrplan.ch/index.php?code=b|9|0&la=yes>
- Plan d'études Suisse Romande, Zugriff am 4.7.2020 unter: <https://www.plandetudes.ch/web/guest/education-physique>
- Sutter, M. (2017); Donut Hockey. Schorndorf: Hofmann-Verlag
- Swissunihockey.ch (2012, August). Lektionsvorbereitung Unihockey: Passen. Zugriff am 2. Juli 2020 unter [https://www.swissunihockey.ch/files/4315/2334/7123/Passen\\_5-6Klasse.pdf](https://www.swissunihockey.ch/files/4315/2334/7123/Passen_5-6Klasse.pdf)
- Spielbewertung Fussball, Basketball, Volleyball, Unihockey: Zugriff am 2.7.2020 unter <https://www.sportunterricht.ch/Bewertung/BeurteilungSpielsport.pdf>
- Wolf, M., Beutler, B. & Hunziker, R. (2005). Unihockey. mobilepraxis, 6(1), 2-11.

## SOFORT LOSLEGEN

Das Donut Hockey Spielmaterial wurde vom Burner Motion Team entwickelt und steht für maximale Spielfreude sowie Sicherheit von Spielern und Infrastruktur. Im Burnershop gibts Ausrüstung für jedes Level, und komplette Sets zu attraktiven Konditionen.



### Lehrbuch

Vielfältige, attraktive und einfach umsetzbare Spiel- und Trainingsideen. Deutsch/Französisch

### Stöcke & Spitzen

Alle Donut Hockey Stöcke haben auswechselbare Spitzen mit Spezialprofil. So lässt sich der Donut optimal kontrollieren, und der Boden bleibt heil.

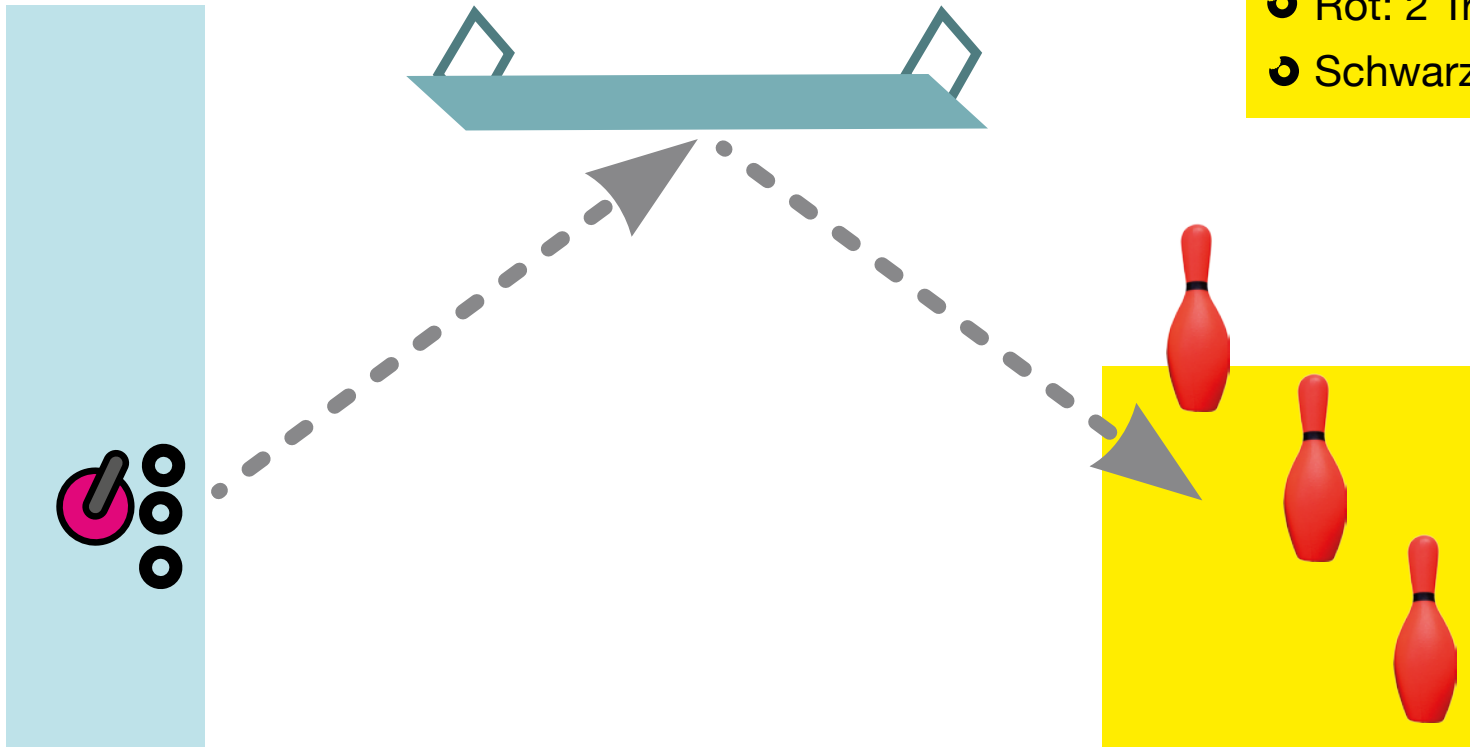
### Donuts

Die «Donuts» sind aus weichem, stabilem Material gefertigt, das sehr gut auf dem Boden gleitet.

### Goalie-Maske

Die Maske mit Spezialvisier hat engere Maschen als jene von Unihockeymasken, um ein Eindringen der schmalen Stockspitze zu vermeiden.

## HIT THE CONE



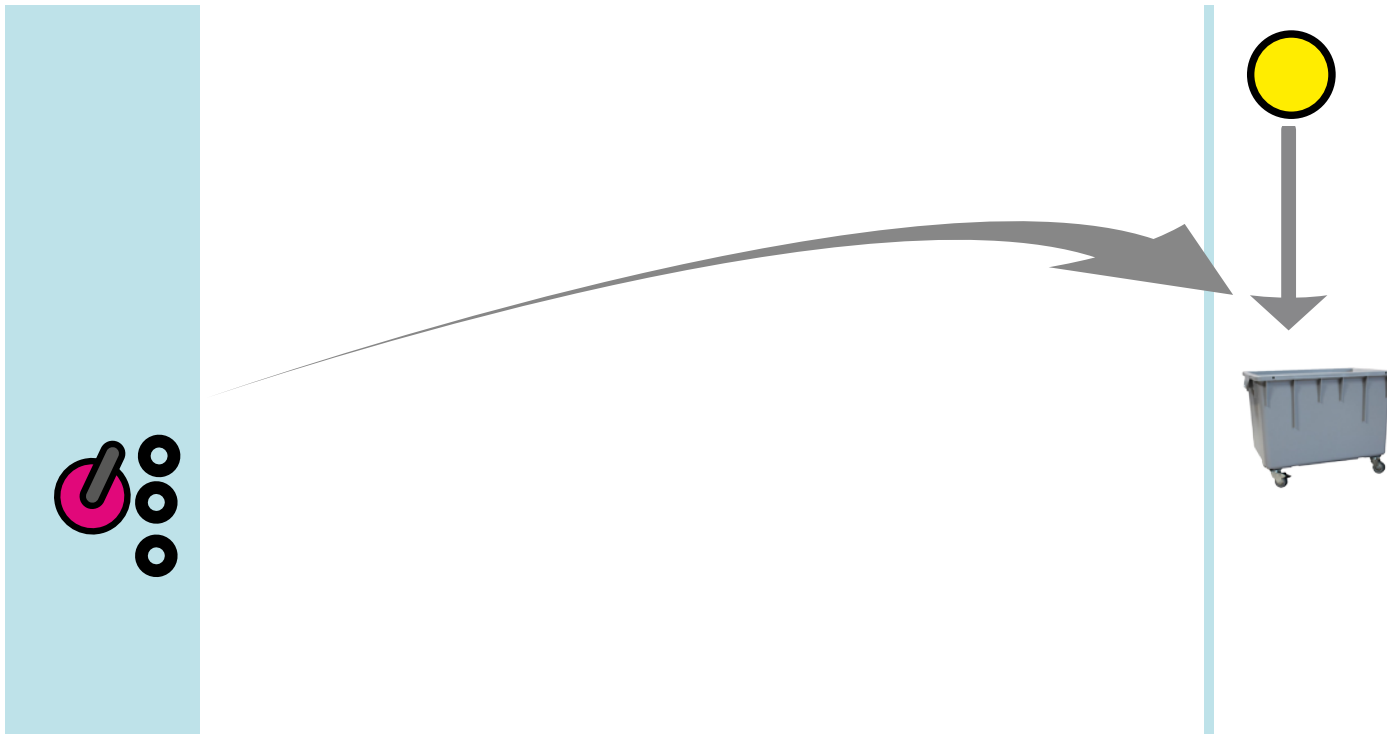
### WERTUNG

- ♣ Blau: 1 Treffer
- ♣ Rot: 2 Treffer
- ♣ Schwarz: 3 Treffer

### MATERIAL

- ♣ 3 Kegel
- ♣ 1 Langbank
- ♣ 1 Stock
- ♣ 3 Donuts
- ♣ Floorpads (Marker für Zonen)

## SCHIFF ENTERN



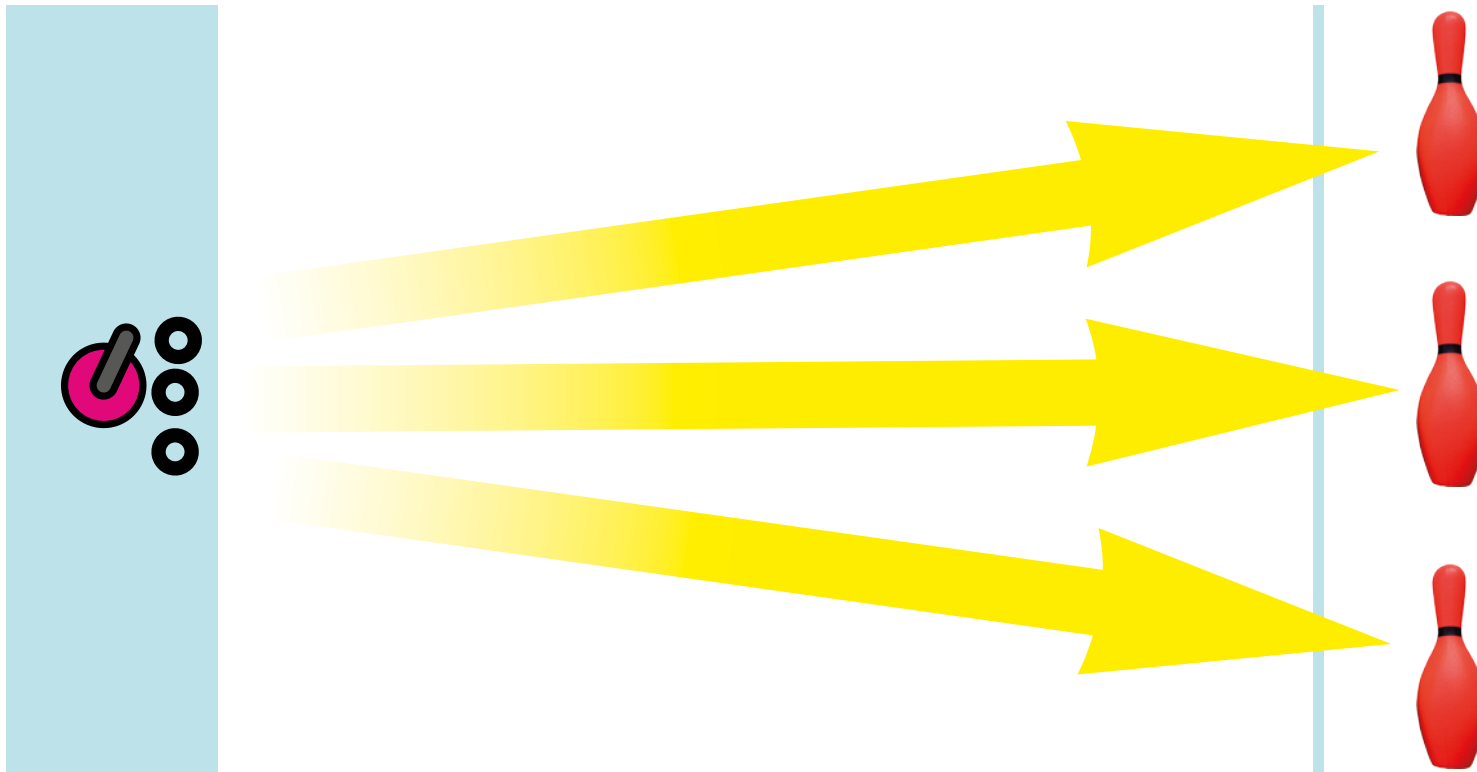
### WERTUNG

- Blau: Donut fliegt durch die Luft
- Rot: Donut touchiert den Wagen
- Schwarz: Treffer in den Wagen.

### MATERIAL

- 1 Ballwagen
- 1 Assistent
- 1 Stock
- 3 Donuts
- Floorpads (Marker für Zonen)

## SNIPER



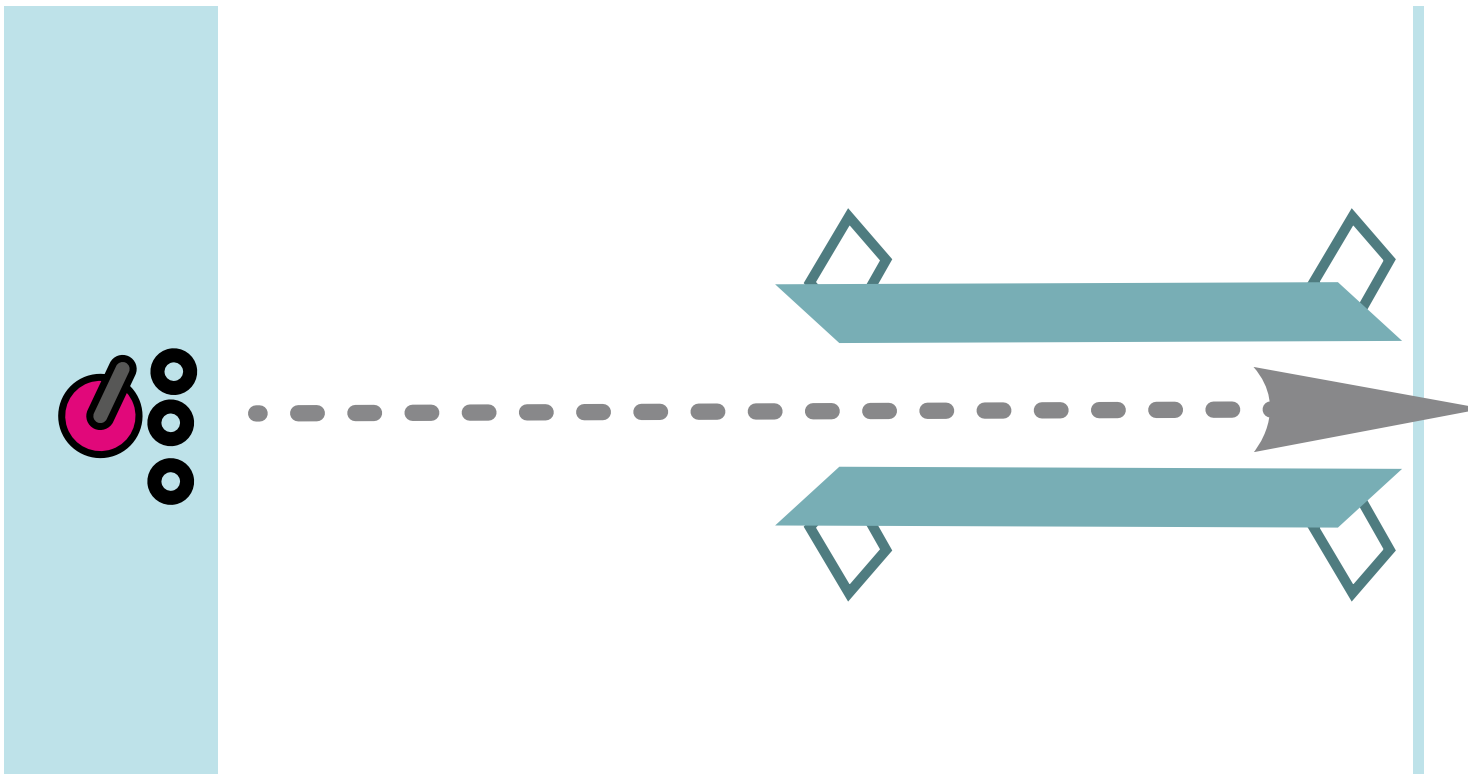
### WERTUNG

- 🕒 Blau: 1 Treffer
- 🕒 Rot: 2 Treffer
- 🕒 Schwarz: 3 Treffer

### MATERIAL

- 🕒 3 Pylonen
- 🕒 1 Stock
- 🕒 3 Donuts
- 🕒 Floorpads (Marker für Zonen)

## TUNELLO



### WERTUNG

- Blau: 1 Treffer
- Rot: 2 Treffer
- Schwarz: 3 Treffer

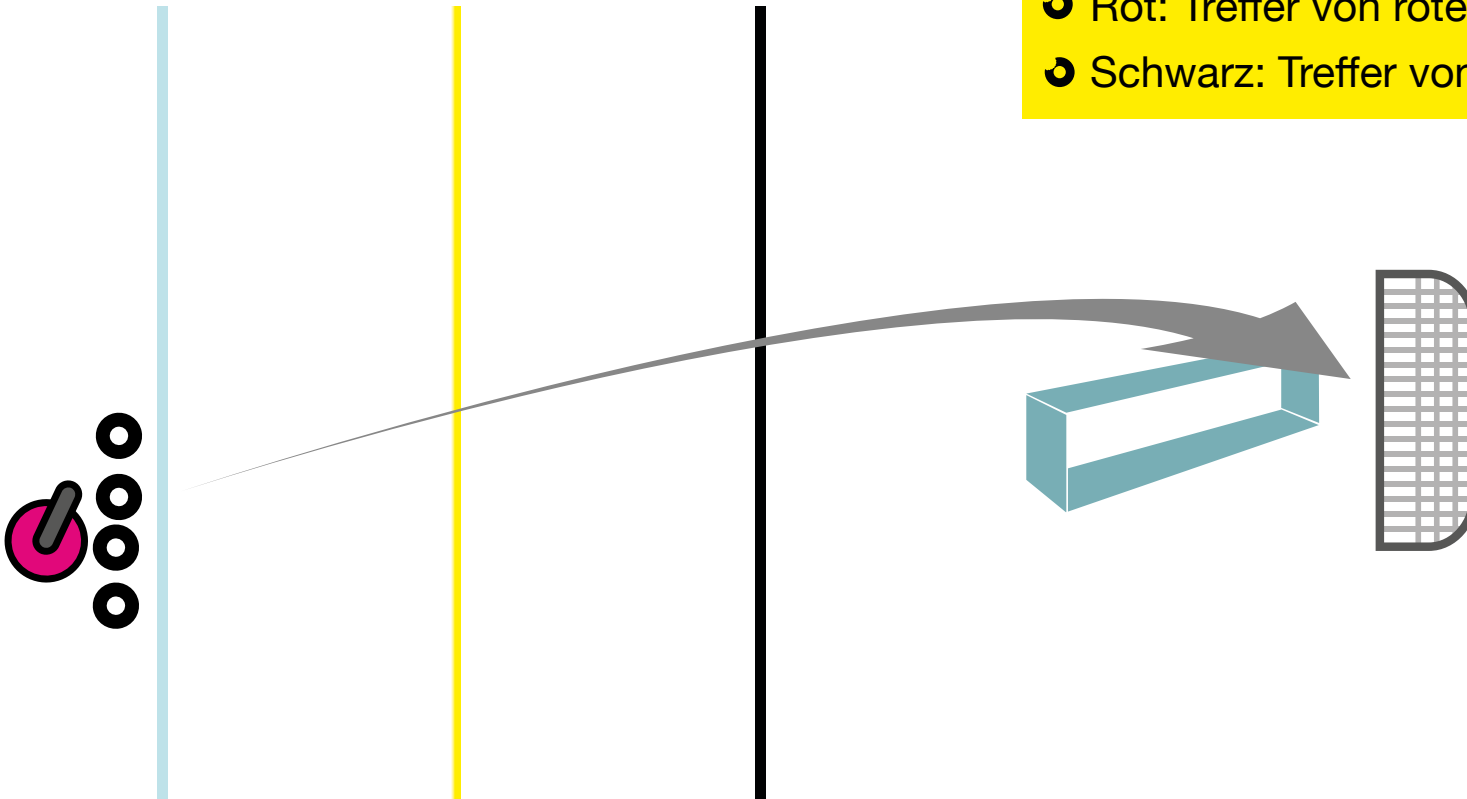
### MATERIAL

- 2 Langbänke
- 3 Donuts
- Stöcke
- Floorpads (Marker für Linie)

## FLIP SCORE

### WERTUNG

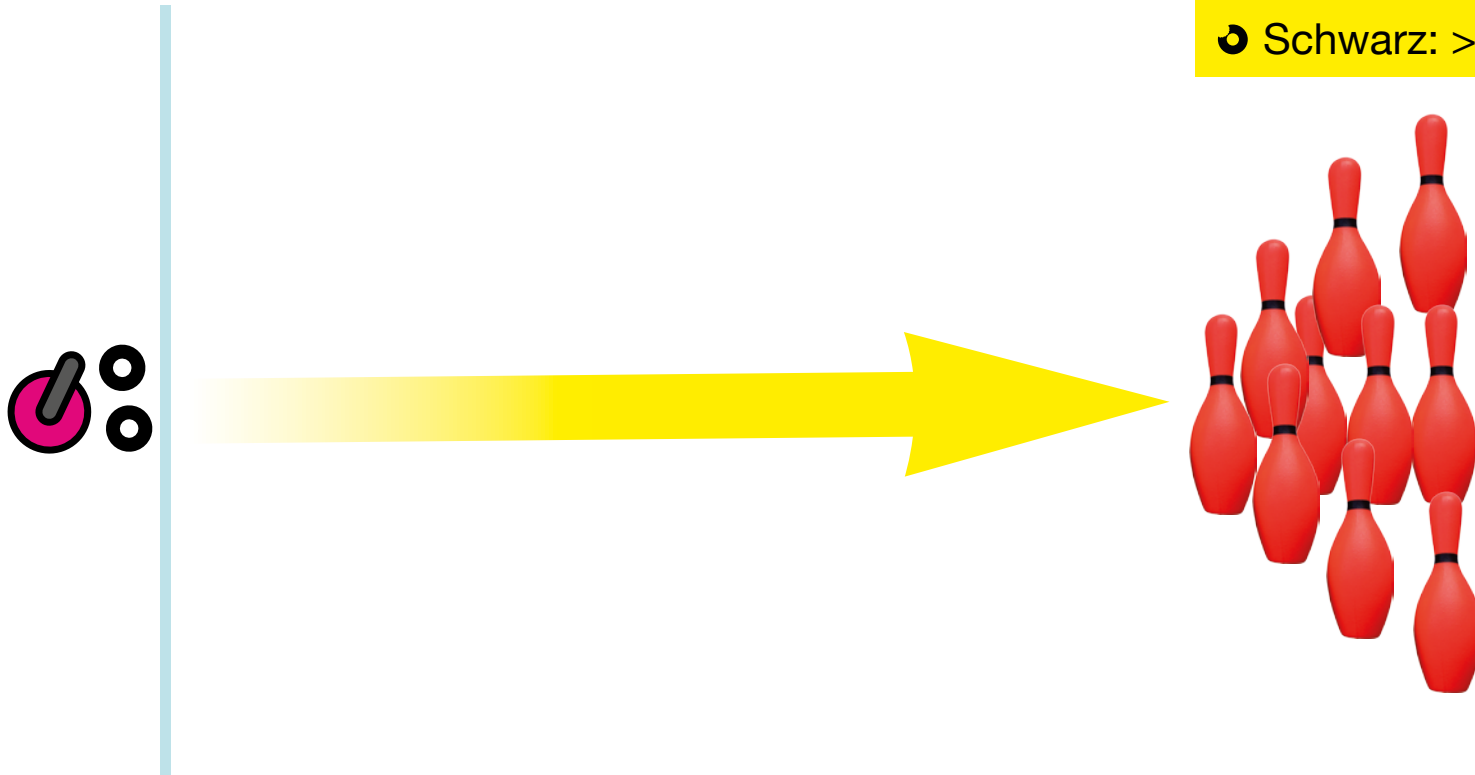
- Blau: Treffer von blauer Linie (3.5m)
- Rot: Treffer von roter Linie (2.5m)
- Schwarz: Treffer von schwarzer Linie (1.5m)



### MATERIAL

- 1 Kastenteil
- 1 Tor
- Stöcke
- 4 Donuts
- Floorpads (Marker für Linien)

## KEGELBAHN



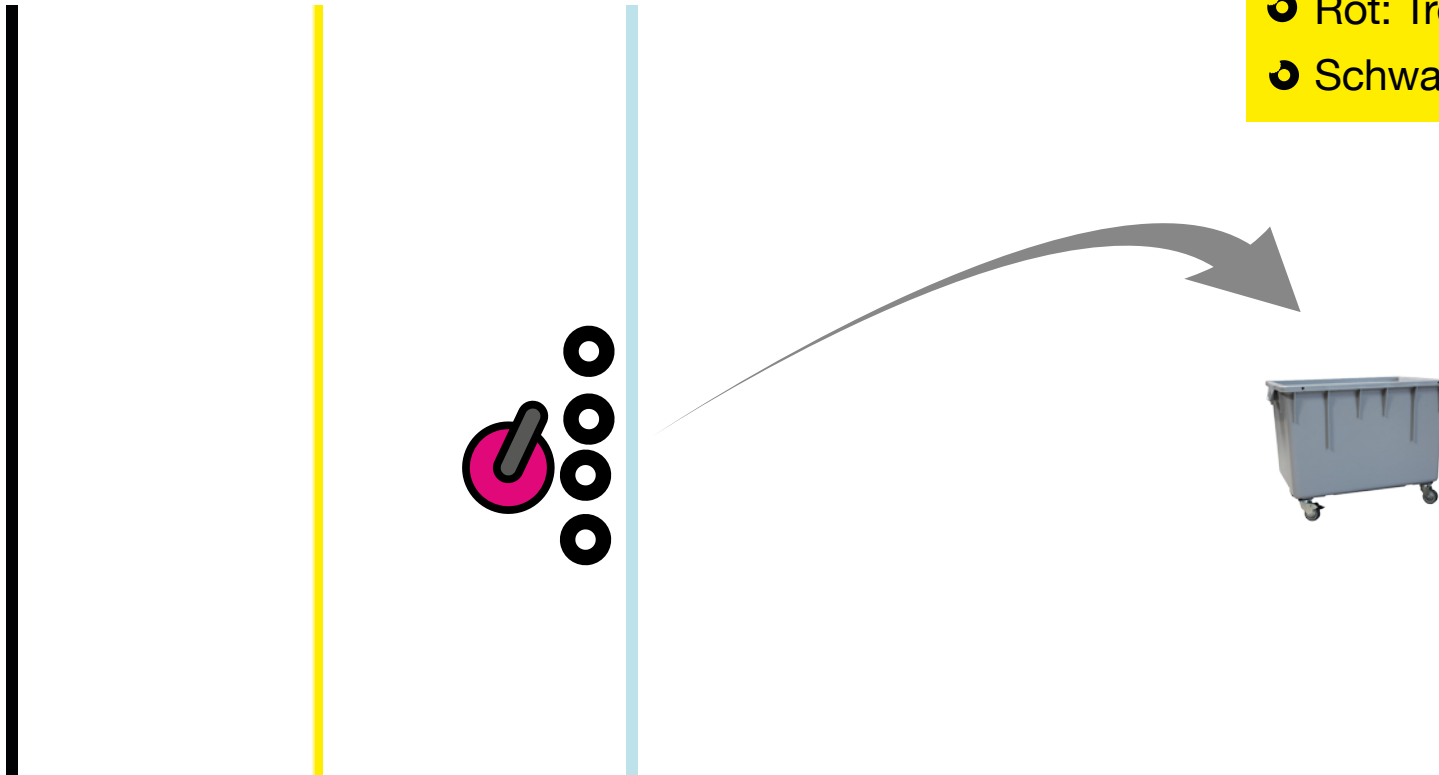
### WERTUNG

- 🕒 Blau: > 0 Treffer
- 🕒 Rot: > 4 Treffer
- 🕒 Schwarz: > 7 Treffer

### MATERIAL

- 🕒 10 Kegel
- 🕒 Floorpads (Marker für Linie)
- 🕒 2 Donuts
- 🕒 1 Stock

## THE GET AWAY



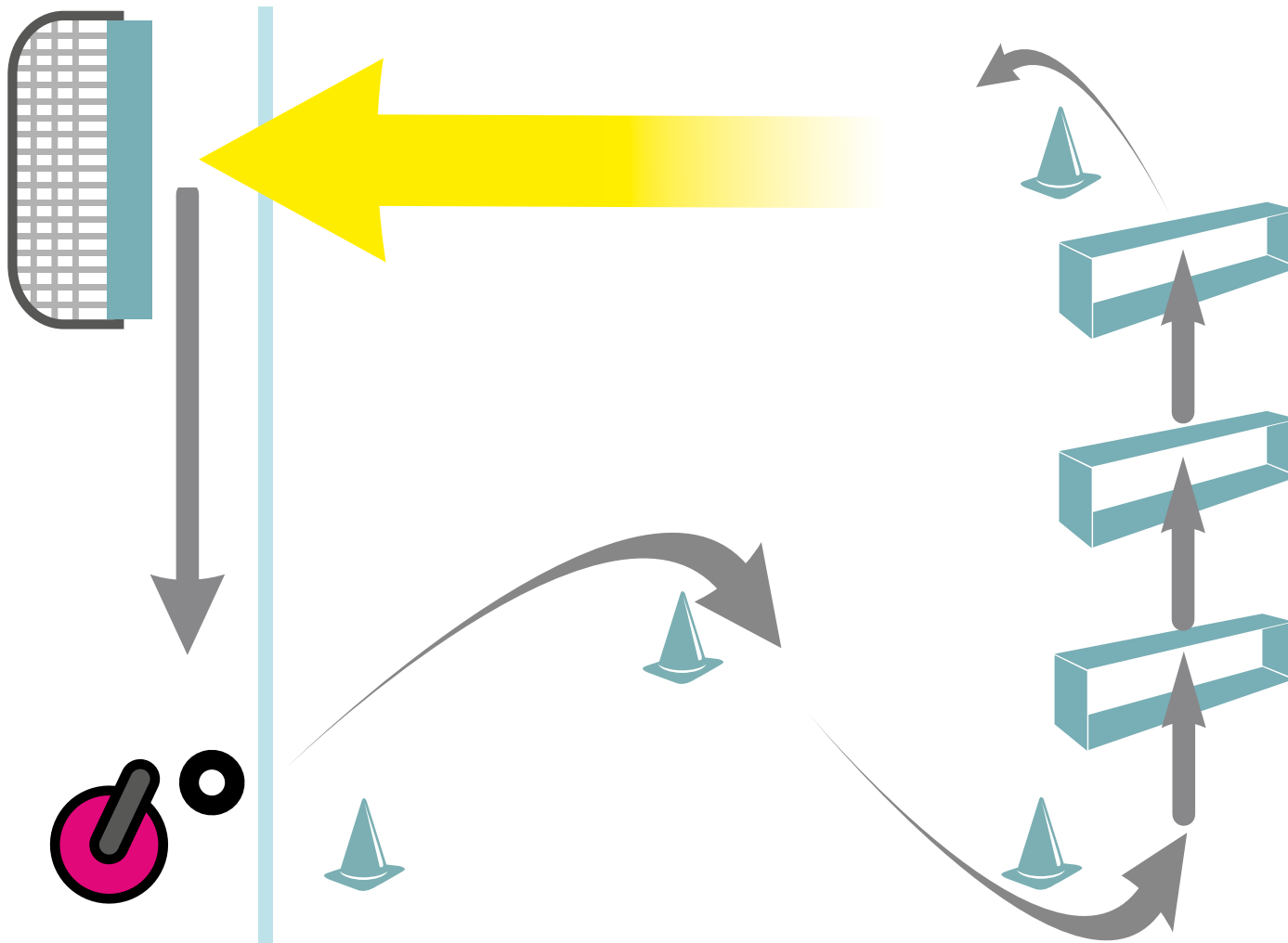
### WERTUNG

- ♣ Blau: Treffer aus 7m
- ♣ Rot: Treffer aus 8.50m
- ♣ Schwarz: Treffer aus 10m

### MATERIAL

- ♣ Floorpads (Marker für Linie)
- ♣ 1 Ballwagen
- ♣ 4 Donuts
- ♣ 1 Stock

## DRIBBLE KING



### WERTUNG

- Blau: > 2 Läufe
- Rot: > 3 Läufe
- Schwarz: > 4 Läufe

### MATERIAL

- 1–2 Donuts
- 1 Stock
- 5 Pylonen
- 4 Kastenteile
- 1 Tor
- 1 Kastendeckel